

ほけんだより

がつごう
3月号

令和7年3月 一宮市立木曾川東小学校

おうちの人と読みましょう。

今の学年で過ごす時間も残り少しです。4月から振り返って、成長した部分がありますか。たとえば、「たくさん背が伸びた!」「早く走れるようになった!」といったように、自分の望んだ成長ができた人もいれば、そうでない人もいるかもしれません。成長の仕方は一人ひとり違います。考え方を少し変えると、自分の成長や変化を前向きに受け止めることができるかもしれません。

たとえば、こんなふうに思ったことはありませんか?



みなさんの心と体は、一人ひとり違うペースで成長していくので、人と比べて心配しなくても大丈夫です。上の人たちは、こんなふうに前向きに考えることもできますよ。



今の自分を受け止めて、認めてあげよう! 悩んだ時は、いつもとは違う考え方をしたり、おうちの人や先生に相談したりできるといいですね!

おうちの方へ

○ スポーツ振興センターへの請求について

学校だけがをして、医療機関にかかった場合は、(財)日本スポーツ振興センターから災害共済給付金を受け取ることができます。請求には書類の提出が必要です。学校だけがをして、受診された場合は、必ずお知らせください。また、事故発生日から2年で時効となってしまいますのでご注意ください。なお、学校でのけがが原因で、卒業後も通院が続く場合も、継続して給付を受けることができます。
※ スポーツ振興センターへの手続きをしない(辞退する)場合も、学校にご連絡いただくと幸いです。ご不明点などございましたら担当の竹中までご連絡ください。

○ 学校保健委員会について

2月14日(金)に、4年生の児童とその保護者向けに学校保健委員会を開催しました。会では、一般社団法人日本コミュニケーション機構 上級認定講師 岡本 博美 先生を講師に招き、『自分の特徴を生かした気持ちの伝え方について～自分と相手を大切にするコミュニケーション～』というテーマで講話をしていただきました。講話内容と、参加した児童の感想の一部を紹介させていただきます。ぜひ、お子さんと一緒にご確認ください。

・ 伝え方の3つのタイプ

① なかよしタイプ

相手の気持ちを大切にしながら、自分の気持ちや考えを伝える伝え方。



② がまんタイプ

自分の気持ちをがまんし、相手に合わせるような伝え方。



③ こうげきタイプ

相手の気持ちはかえり、自分の気持ちを優先し、相手を攻撃するような伝え方。



言葉は、温かい毛布のようにも、鋭いナイフのようにもなります。①のなかよしタイプで気持ちを伝えると、相手も自分も大切にすることができます。

・ なかよしタイプで気持ちを伝えるために

- ◎ アイメッセージで自分の気持ちを伝えよう。「私は～」 「ぼくは～」のように、自分を主語にした話し方をする。
- ◎ 相手を傷つけない優しい言葉を使って気持ちを伝えよう。自分の発した言葉を一番耳にするのは自分自身です。相手を傷つける言葉を発するとき、相手はもちろん、自分の心も悪い影響を受けます。

< 児童の感想 (一部抜粋) >

- ・ 私は「がまんタイプ」ですが、相手に提案をしたり、アイメッセージを使って話したりすることで、「なかよしタイプ」に近づけることを学びました。
- ・ 気持ちは目に見えないから、言葉で気持ちを伝えることは大切なことだと思いました。相手も自分も大切にしたいので、伝え方をしていきたいです。

今回、学校保健委員会にご参加いただいた保護者の皆様には、厚くお礼申し上げます。ご意見を参考に、来年度も児童の健康課題と保護者の皆様の関心のあるテーマを考慮して学校保健活動を進めてまいります。